

* Como afrontar la separación de pareja *

Un grupo de apoyo para personas que han afrontado conflictos, crisis y ruptura definitiva de su pareja



Este grupo está dirigido a personas de habla hispana que han pasado por un proceso de separación de pareja.

En esta serie de 5 sesiones grupales, trataremos los siguientes temas:

- Como enfrentar el dolor producto de la separación en una cultura diferente.
- Retos y claves para iniciar una nueva vida y disfrutar nuevamente de la libertad y el tiempo libre.
- Estrategias para superar la depresión y la ansiedad
- Como mejorar la autoestima
- Como mantener relaciones familiares sanas después de una separación.

Para registrarse contacte a Carolina al 647 776-2057 o escribiendo a northyork@mnlct.org

Cada miércoles, a partir del 17 de agosto de 2011

Agosto 17 * Agosto 24 * Agosto 31 * Septiembre 7 * Septiembre 14

6:00 PM a 8:00 PM

Lugar: Downsview Branch, Toronto Public Library.

2793 Keele Street, Toronto, M3M 2G3

(Pocos metros al norte de Wilson Ave.)

Todos los talleres son facilitados por el equipo de salud mental del Centro Menonita Nueva Vida, en asociación con la Biblioteca Pública de Toronto



**Menonite
new life
centre**



Citoyenneté et
Immigration Canada

www.mnlct.org

